DR. NURDOĞAN KARADAĞLIOĞLU İSHAL KONUSUNDA ANNE BABALARI UYARDI

Yazan: **Abdullah Faruk Günaydın** - 23 Temmuz 2008

Amasya Tabipleri Odası Başkanı (ATOB) Dr. Nurdoğan Karadağlıoğlu, yaz aylarında özelikle çocuklarda görülen ishal vakaları konusunda uyarılarda bulundu. Dr. Karadağlı, yaptığı yazılı açıklamada şunları kaydetti; "Havaların aşırı ısınmasıyla birlikte, çocuklarda ishal vakalarında büyük bir artış yaşandığına tanık oluyoruz. Her yıl dünyada 1 Milyar, Türkiye'de ise 1-1.5 Milyon çocukta gastroenterit (ishal-kusma) görülmekte ve bunların yüzde 80'inin 2 yaş altı çocuklar oluşturmaktadır. Sosyoekonomik durumu bozuk olanlarda, çevre koşulları iyi olmayan yerlerde oturanlarda, kreş, okul, bakımevi gibi toplu yaşam yerlerinde ishal daha sık görülmektedir. Dünyada her yıl 1-2 Milyon çocuk ishalden ölmektedir ki bu da ortalama dakikada 1 çocuğun ishalden öldüğünü göstermektedir" dedi.

Bulantı, kusma, iştahsızlık, ishal, karın ağrısı, bazen ateş, karın şişkinliği, susama hissi gastroenteritlerde görülen şikayetlerin gözlendiğinde vakit kaybedilmeden bir sağlık kuruluşuna baş vurulması gerektiğini kaydeden Karadağlıoğlu, "Gastroenteritler; mikrobik, virütik, paraziter ve mantarlara bağlı olabildiği gibi, mikrobik olmayan ishallerde olabilir. Gastroenterit oluşmadan önce anne ve babaların şu tedbirleri alması gerekmektedir. İlk altı ay sadece anne sütü verin. İshalin önlenmesinde çok etkilidir. Çocuğunuza yiyecek hazırlamadan ve beslemeden önce, çocuğunuzun altını değiştirdikten sonra, kendiniz tuvaletten çıktıktan sonra mutlaka ellerinizi yıkayın. İshal olma riskini azaltmak için çocuğunuzu beslerken biberon kullanmayın. Temizliğinden emin olmadığınız yiyecek ve içecekleri asla kullanmayın. Çiğ sebze ve meyveleri temiz su ile yıkamadan yedirmeyin. Yiyecekleri ağzı kapalı olarak buzdolabında saklayın. Pişirilmiş yiyeceklerinizi oda sıcaklığında iki saatten fazla bırak-mayın ve bunları çocuğunuza yedirmeyin. Temizliğinden emin olmadığınız suları kaynatıp soğutarak çocuğunuza içirin. İçme ve kullanma sularınızı temiz kaynaktan temin edip, temiz kaplarda ağzı kapalı olarak saklayın" dedi. İshalli çocuğun Anne ve Babasına önerilerde bulunan Karadağlıoğlu, İshalin su kaybı nedeniyle öldürücü olabilen bir hastalık olduğunu kaydederek, İshali olan çocuğunuzda su kaybını önlemek için su ve sulu gıdaları (kaynatılmış çorbalar) her zamankinden daha fazla verin. Bazı aileler, ishalli çocuklara sıvı yiyecekler verilmez şeklinde bir anlayışa sahip. Bu son derece yanlış bir düşünce, İshalli çocuğu sık sık ve az az besleyin. Emiyorsa anne sütünü kesmeyin. Daha sık emzirin. Çocuğunuza, ishali geçtikten sonra, iki hafta süre ile ek bir öğün verin. En yakın sağlık kuruluşundan temin edilecek, tuz ve şeker karışımı paketler tarif edilen şekillerde kullanılmalıdır. Kısa aralıklarla enerji ve proteinden zengin, yumuşak, taze hazırlanmış, püre şeklindeki yiyeceklerden (beyaz peynir, haşlanmış yumurta,

patates, yoğurt, yoğurt ile hazırlanmış az yağlı pirinç çorbası, pirinç lapası, haşlanmış et, ızgara köfte, az yağlı pirinç pilavı, makarna gibi) verin. Şekerli ve yağlı yiyecekler ishali artırır. Çocuklara böyle gıdalar (çikolata, bisküvi, gofret, kuruyemiş, pastalar, meşrubatlar, yağ, bol, reçel, pekmez) verilmemelidir. Hazır meyve suları ve kolalı içeceklerin ishalli çocuğa hiçbir yararı yoktur. Çocuğunuzu, ağız ve dilin kuruması, bıngıldak ve gözlerin çökmesi, göz yaşının olmaması, karın derisinin çekilip bırakıldığında yavaş geri dönmesi gibi su kaybı belirtileri yönünden yakından izleyin. İshalli çocuğunuza, doktor önerisi dışında antibiyotik vermeyin. İshal kesici ilaçların çocukluk çağı ishal tedavisinde asla yeri yoktur" dedi…

Yorum Ekle

Abdullah Faruk Günaydın